



Questionnaire1

پرسشنامه وان - مرجع پرسشنامه ایران

## پرسشنامه آیزنک

پرسشنامه زیر شامل ۳۰ سوال است، بهتر است اولین برداشتتان از پرسش ها را علامت بزنید و پاسخ هایتان به پرسش ها به صورت « بلی » و « خیر » می باشد منتهی در مواردی که امکان تصمیم گیری برایتان دشوار است پاسخ ؟ را علامت بزنید.

سوالات	بلی	خیر	؟
۱. آیا به اندازه کافی در کارهای خود موفقیت دارید؟			
۲. آیا در زندگیتان چیزی وجود دارد که به آن افتخار کنید؟			
۳. آیا اغلب اوقات احساس می کنید در زندگی ناموفق بوده اید؟			
۴. آیا دچار احساس حقارت هستید؟			
۵. آیا به خودتان اطمینان کافی دارید؟			
۶. آیا اغلب آرزو می کنید کاش جای کس دیگری بودید؟			
۷. آیا وقتی قرار باشد در برابر عده ای صحبت کنید، احساس نگرانی می کنید که ممکن است بخوبی از عهده اینکار بر نیائید؟			
۸. آیا احساس می کنید که مایل هستید خیلی چیزهای زندگی تان تغییر کند؟			
۹. آیا فکر می کنید که روی هم رفته مردم شمارا دوست دارند؟			
۱۰. آیا به تصمیمات خود بسیار اطمینان دارید؟			
۱۱. آیا در نظر خودتان آدم باارزشی هستید؟			
۱۲. آیا اغلب نسبت به کارهایی که کرده اید احساس شرمساری می کنید؟			
۱۳. آیا وقتی به عکس هایتان نگاه می کنید اغلب ناراحت می شوید و فکر می کنید که هیچ وقت قیافه شمارا خوب نشان نمی دهند؟			
۱۴. آیا در میان خانواده تان کسی هست که در شما این احساس را ایجاد کند که آدم چندان خوبی نیستید؟			
۱۵. اگر کسی از کارهای شما انتقاد کند خیلی ناراحت می شوید؟			
۱۶. آیا فکر می کنید که مردم دوست دارند شما دور برشان باشید چون شما را آدم مفیدی می دانند؟			
۱۷. آیا اغلب اوقات درباره ارزش و شایستگی خود نیز تردید می کنید؟			
۱۸. آیا وقتی دیگران از شما تعریف می کنند در صداقت آنها شک می کنید؟			
۱۹. آیا گاهی پیش آمده که از ترس مسخره شدن و انتقاد دیگران نظرات خود را بیان نکرده اید؟			
۲۰. آیا بطور کلی در موقعیت های اجتماعی خود را فردی خجالتی می دانید و از این مسئله نگرانید؟			

پرسشنامه آیزنک

؟	خیر	بلی	سوالات
			۲۱. آیا حتی در برابر افرادی که مقام اجتماعی پائین تری از ما دارند احساس حقارت می کنید؟
			۲۲. آیا معمولاً احساس می کنید می توانید کارهایی را که دوست دارید با موفقیت انجام دهید؟
			۲۳. آیا از شکل و قیافه خود راضی هستید؟
			۲۴. آیا در برخورد با دیگران معمولاً خاموش می مانید چون میترسید حرف های شما سبب شود که مردم شما را دوست نداشته باشند؟
			۲۵. آیا معمولاً برای شما مشکل است کارهایتان را طوری انجام دهید که مورد تأیید و تحسین دیگران قرار بگیرید.
			۲۶. آیا زیاد پیش می آید که احساس کنید سعی دارید خودتان را بهتر از آنچه هستید نشان دهید؟
			۲۷. آیا گاهی احساس می کنید که هرگز نخواهید توانست کاری را درست انجام دهید؟
			۲۸. آیا گاهی احساس می کنید که مردم از شما سوءاستفاده می کنند؟
			۲۹. آیا شما دست کم در حد عادی برای خود ارزش و احترام قائل هستید؟
			۳۰. آیا فکر می کنید شخصیت شما برای جنس مخالف جذاب باشد.